

Согласовано

Заведующий

/И.Е.Вежлева/

**МЕНЮ**  
**11 ноября 2025 г.**

**Сад 12 часов**

Сбор-н ик рецепт-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети-ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,8	6,6	10,3	102	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,6	7,2	28,4	193	0,6
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	2,5	5	54	0,6
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,4</b>	<b>16,3</b>	<b>43,7</b>	<b>349</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1	0,2	20,2	92	4
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>92</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,1	1,9	12	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	6	4,8	19,8	146	7,5
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,1	7,4	21	269	18,3
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,8	0,3	9,7	57	88,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>676</b>	<b>33,9</b>	<b>13,3</b>	<b>69,1</b>	<b>567</b>	<b>114,7</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	0,8	4,1	2	43	0,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,3	4,5	23,4	134	11,5
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	3	14	1,4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	6	2,3	28,8	157	0,1
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>11,2</b>	<b>11,1</b>	<b>63,6</b>	<b>379</b>	<b>13,7</b>
<b>Всего</b>			<b>59,5</b>	<b>40,9</b>	<b>196,6</b>	<b>1387</b>	<b>133,6</b>	